

平成28年度水の森温水プール 通年教室空き状況

○・・・5名(組)以上の空き有り

△・・・1～4名(組)の空き有り

×・・・空き無し

2017/2/13 現在

対象	教室名	曜日	時間	定員	空き状況	教室内容
成人	成人水泳	水	10:00～11:00	20名	△	水泳が初めての方から4泳法の習得まで幅広く泳法指導いたします。
	成人水泳	水	18:45～19:45	20名	○	
	成人水泳	金	11:00～12:00	20名	○	
	成人水泳	金	18:45～19:45	20名	○	
	水中ウォーキング&アクアビクス	月	13:30～14:30	20名	○	水中ウォーキングとアクアビクスのプログラムを合わせたハイブリット教室です。音楽に合わせて、楽しくエクササイズ!
	水中ウォーキング&アクアビクス	水	13:30～14:30	20名	△	
	水中ウォーキング&アクアビクス	金	13:30～14:30	20名	○	
	健康水中運動	水	11:00～12:00	20名	×	水の特性を活かした水中運動を行い全身の可動範囲を広げながら無理なく筋力を鍛えます。
	健康水中運動	金	10:00～11:00	20名	△	
	アクアダンス	月	11:00～12:00	20名	○	水の特性を活かして、ダンス要素を取り入れたプログラムです。
子供	親子水泳	土	13:00～14:00	15組	○	アームヘルパーをつけて、親子でスキンシップを取りながら水に慣れる教室です。
	幼児水泳	月	15:30～16:30	20名	△	優しいコーチと一緒に、水遊びをしながら練習します! 潜れないお友達から泳げるお友達まで大募集!
	幼児水泳	火	15:30～16:30	20名	×	
	幼児水泳	水	15:30～16:30	20名	△	
	幼児水泳	木	15:30～16:30	20名	×	
	幼児水泳	金	15:30～16:30	20名	×	
	幼児水泳	土	10:00～11:00	20名	×	
	小学生水泳A	月	16:30～17:30	40名	○	
	小学生水泳A	火	16:30～17:30	40名	○	
	小学生水泳A	水	16:30～17:30	40名	○	
	小学生水泳A	木	16:30～17:30	40名	○	
	小学生水泳A	金	16:30～17:30	40名	○	
	小学生水泳A	土	9:00～10:00	40名	○	
	小学生水泳A	土	14:00～15:00	40名	○	
	小学生水泳B	月	17:30～18:30	40名	○	クロールの呼吸動作から25m完泳背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの習得を目指すお子様を対象として練習いたします。
	小学生水泳B	火	17:30～18:30	40名	○	
	小学生水泳B	水	17:30～18:30	40名	○	
	小学生水泳B	木	17:30～18:30	40名	○	
	小学生水泳B	金	17:30～18:30	40名	×	
	小学生水泳B	土	15:00～16:00	40名	△	
小・中学生マスターコース	火	18:30～19:30	20名	○	4泳法の基礎から応用までを練習しベストタイム更新を目指します。	
小・中学生マスターコース	木	18:30～19:30	20名	○		

通年教室空き状況は毎週月曜日更新予定です